



SUOMEN OSTEOPOROOSILIITTO

VUOSIKERTOMUS 2009

Kansallisen osteoporoosiohjelman julkaisemisvuosi



### toiminta-ajatus

Suomen Osteoporoosiliitto edistää kansalaisten terveyttä ja hyvinvointia kansanterveys-, potilas- ja liikuntajärjestönä. Liitto tuottaa osteoporoosialan tietotaitoa ja osaamista maassamme ja toimii osteoporoosia sairastavien henkilöiden edunvalvojana. Tavoitteet toteutetaan vaikuttamalla suoraan ja välillisesti kansalaisiin ja terveydenhuollon päätöksentekoon sekä palvelujärjestelmiin.

### arvot

- asiantuntijuus
- luotettavuus
- avoimuus
- aloitteellisuus
- yhteistyökykyisyys

### strategiset painotukset

- Jäsenyhdistysten toiminnan ja jäsenpalveluiden kehittäminen
- Kansallisen osteoporoosiohjelman toimeenpanon edistäminen
- Osteoporoositietouden lisääminen

### perusasioita osteoporoosista

- osteoporoosia eli luukatoa ja sen esiastetta osteopeniaa sairastaa yhteensä 800 000 suomalaista
- vuosittain 35 000-40 000 murtuman osasyynä on luuston haurastuminen
- vuosittain tapahtuu yli 7 000 lonkkamurtumaa – joka kolmas lonkkamurtumapotilas kuolee vuoden sisällä murtumasta
- osteoporoosin ensimmäinen oire on vaarattomalta tuntuneen kaatumisen yhteydessä syntynyt murtuma tai nikamalahistuma; myös pituuden lyheneminen, kumaruus ja kivut raajojen pitkissä luissa voivat olla osteoporoosin tunnusmerkkejä
- vaikka osteoporoosi on yleisintä ikääntyneillä, osteoporoosia voi esiintyä kaikenikäisillä naisilla ja miehillä
- kalsiumin ja D-vitamiinin riittävä saanti, liikunta ja tupakoinnin lopettaminen muodostavat osteoporoosin ehkäisyn ja hoidon perustan
- perushoidon lisäksi aloitetaan lääkehoito, jos kyseessä on osteoporoottinen murtuma tai luuntiheysmittauksessa todettu osteoporoosi
- osteoporoottisten murtumien ehkäisyn kulmakivenä ovat myös kaatumistapaturmien ehkäisytoimenpiteet

# VUOSIKERTOMUS 2009

**Suomen Osteoporoosiliitto ry**

Iso Roobertinkatu 10 B 14

00120 Helsinki

[www.osteoporoosiliitto.fi](http://www.osteoporoosiliitto.fi)

[oste@osteoporoosiliitto.fi](mailto:oste@osteoporoosiliitto.fi)

puh. 050 539 1441

Hyväksytty Suomen Osteoporoosiliiton kevätkokouksessa 24.4.2010

## SISÄLLYS

**Kansallinen osteoporoosiohjelma turvaamaan osteoporoosin ennaltaehkäisyä, diagnostisointia, hoitoa ja kuntoutusta**

s. 5

**PIENIN RESURSSEIN PALJON AIKAAN**

s. 7

Kansallinen osteoporoosiohjelma: monentasoista yhteistyötä  
Aloitteita ja keskustelun herätystä  
TULE-yhteistoimintaa  
Murtumatta mukana: itsehoitoa liikkuen  
Maailman osteoporoosipäivä ja kansainvälinen osteoporoosiyhteistyö

**ALUEYHDISTYKSISSÄ VERTAISTUKEA JA TOIMINTAA**

s. 11

Osaamisen syventäminen  
Oppia vertaisen tukemiseen  
Yleisötapahtumat toivat näkyvyyttä  
Osteoporoosiyhdistysten palveluita

**VIESTINNÄN VALTTIKORTIT**

s. 14

Viestintää painettuna ja sähköisesti

**SOPEUTUMISVALMENNUS JA KUNTOUTUS**

s. 15

Sopeutumisvalmennuskurssit moniammatillisena yhteistyönä  
Osteoporoosi tutuksi -ensitietopäivät  
Alueyhdistysten kuntoutustoiminta  
Osteoporoosiloma yhteistyössä

**LUUSTOTIETOA LAPSILLE JA NUORILLE SEKÄ KASVATAJILLE**

s. 19

**HALLINTO JA TALOUS**

s. 20

Luottamushenkilöt  
Liiton toimisto

**SUOMEN OSTEOPOROOSILIITTO RY:N HALLITUKSEN TOIMINTAKERTOMUS**

s. 21

Toimintaympäristö ja resurssit - haaste toiminnalle  
Toiminnan tuloksia  
Talouden toteutuminen  
Talouden haasteet  
Toiminnan kulut  
Toiminnan rahoitus  
Tuloslaskelma ja tase  
Tilintarkastuskertomus

**LIITE**

s. 30

**MAAMERKKEJÄ OSTEOPOROOSIN JA SUOMEN OSTEOPOROOSILIITON HISTORIASTA** s. 32

**Kansallinen osteoporoosiohjelma turvaamaan osteoporoosin ennaltaehkäisyä, diagnostisointia, hoitoa ja kuntoutusta**

Osteoporoosia sairastavia murtumavaarassa olevia suomalaisia on noin 400 000. Tämän lisäksi 400 000 muun suomalaisen luusto on hitaasti heikkenemässä osteoporoosiasteelle ja murtumavaiheeseen.

Vaikka tiedetään, että osteoporoosia ja osteoporoosin heikentämiä luun murtumia voidaan tehokkaasti ehkäistä ja hoitaa, vain runsas 70 000 osteoporoosia potevaa suomalaista saa lääkärin määräämänä luulääkkeitä. Tiedetään myös, että ilman osteoporoosiin ja kaatuiluun puuttumista runsas kaksi kolmesta 40 000 murtumapotilaasta saa yhden tai useamman uusintamurtuman ja kolmasosa saa sen jo vuoden sisällä edellisestä murtumasta. Tämä kertoo ikävällä tavalla suomalaisen terveydenhuollon palveluiden tasosta ja laadusta.

Jo useamman vuoden ajan on tiedetty suomalaisten saavan ravinnosta riittämättömästi D-vitamiinia. Suurin osa suomalaisista kärsii pysyvästä D-vitamiinin puutteesta ja se on suurin syy ikäihmisten ja vanhusten murtumiin ja kaatuiluun. Pahinta D-vitamiinin puute on laitoksissa hoidettavana olevilla ja asuvilla suomalaisilla. Tiedetään myös D-vitamiinipuutteen lisäävän syövän, diabeteksen ja monen muun sairauden vaaraa. Vasta nyt epäkohtaan on reagoitu, kun Valtion ravitsemusneuvottelukunta antoi äskettäin (2010) ensimmäiset ajantasaiseen tietoon perustuvat D-vitamiinisuosituksensa. Niiden mukaan jokaisen 60 + suomalaisen tulisi käyttää D-vitamiinia tablettina 20 µg/pv ympäri vuoden.

Tämä on hyvä asia, mutta miten ovat lasten, nuorten ja työikäisten D-vitamiinitarpeet?

Eikä 60 + -suositukseen ollut itsestään selvyys. Tarvittiin Osteoporoosiliiton aloitteet sosiaali- ja terveysministeriölle ja maa- ja metsätalousministeriölle vuonna 2008, kaksi menestyksellistä D-vitamiinitiedotustilaisuutta medioille vuosina 2008 ja 2009 sekä julkisen D-vitamiinikeskustelun jatkuvaa ylläpitämistä useiden vuosien ajan.

Osteoporoosin ehkäisyn, tutkimuksen, hoidon ja kuntoutuksen kehittäminen Suomessa on ollut ja on edelleenkin yksi Suomen Osteoporoosiliiton, sen jäsenjärjestöjen ja jäsenten merkittävimmistä haasteista ja tehtävistä. Tavoite on, että suomalaiset osteoporoosia ja osteoporoottisia murtumia sairastavat saavat suomalaisissa sairaaloissa ja terveyskeskuksissa laadukkaan ja hyvän hoidon niin, että osteoporoottisten murtumien määrä puolittuu ja uusintamurtumia ei tule. Tavoite toteutuu, kun liiton yhteistyössä alan asiantuntijoiden kanssa toimintavuonna 2009 valmistelema ja julkistettu kansallinen toimenpideohjelma ”Osteoporoosin ja kaatuilun aiheuttamien murtumien ehkäisyn, tutkimuksen, hoidon ja kuntoutuksen kehittämisestä” toimeenpannaan terveyskeskuksissa ja sairaaloissa. Ohjelman toimenpidesuosituksien tunnetuksi tekemiseen kentällä on erityisesti panostettu toimintavuoden 2009 aikana ja panostetaan edelleen.

Suosituksen vastaanotto on ollut hyvin myönteistä. Liittomme kannan mukaan Käypä hoito -suosituksen mukainen osteoporoosin laadukas hoito on jokaisen osteoporoosia sairastavan suomalaisen perusoikeus.

Toinen tärkeä lähtökohta osteoporoosin onnistuneelle ehkäisylle ja hoidolle on, että suomalaiset ja erityisesti osteoporoosia sairastavat suomalaiset tuntevat osteoporoosin sekä sen syytekijät ja keinot, joilla osteoporoosia ja siitä aiheutuvia murtumia ehkäistään, hoidetaan ja kuntoutetaan. Julkinen sana on tehokas tiedonvälittäjä. Niinpä liitto on tiedottanut aktiivisesti osteoporoosiasioista julkisuuteen ja antanut toimittajille asiantuntija-apua osteoporoosia koskevien artikkeleiden valmistelussa heti sitä pyydettyä. Liiton osteoporoosisivut ovat jokaisen osteoporoositietoa janoavan käytössä. Liiton jokaisen jäsenen postiluukkuun putoavaa Osteo-lehteä on kehitetty niin, että kukin numero on tietyn osteoporoosiasian teemanumero ja sisältää tiettyä osteoporoositeemaa käsitteleviä asiantuntijoiden laatimia artikkeleita.

Liitto ja sen jäsenjärjestöt järjestivät toimintavuonna 2009 yhteensä 79 osteoporoosia käsittelevää studia generalia -luentoa ympäri valtakuntaa. Näissä tilaisuuksissa osteoporoosisanomaa kävi kuulemassa 5 606 suomalaista. Liitto järjesti myös osteoporoosiin juuri sairastuneille kolme Osteoporoosi tutuksi – päivää, joissa yhden päivän aikana syvennyttiin ja käsiteltiin asiantuntijoiden opastamana osteoporoosiasioita yksityiskohtaisesti, viisi Luustoisien perhe – projektin koulutustapahtumaa päiväkotien ja perhepäivähoidon työntekijöille sekä Luustotiedon ajankohtaispäivän terveydenhoitoalan henkilöstölle.

Suomen osteoporoosiliitto on nuori, kuusivuotias kansanterveysjärjestö. Sen juuret ovat vuonna 1996 perustetussa valtakunnallisessa Suomen Osteoporoosiyhdistyksessä. Liitolla ja sen jäsenjärjestöillä on selkeä näkemys toiminnan tavoitteista ja selkeä otteen näiden tavoitteiden toteuttamiseksi.

Olli Simonen  
puheenjohtaja



## PIENIN RESURSSIEN PALJON AIKAAN

Suomen Osteoporoosiliitto edistää kansalaisten terveyttä ja hyvinvointia kansanterveys-, potilas- ja liikuntajärjestönä. Tuotamme osteoporoosialan tietotaitoa ja osaamista maassamme ja toimimme osteoporoosia sairastavien henkilöiden edunvalvojana. Vaikutamme suoraan ja välillisesti kansalaisiin, terveydenhuollon päätöksentekoon sekä palvelujärjestelmiin, jotta asettamamme tavoitteet toteutuvat.

## KANSALLINEN OSTEOPOROOSIOHJELMA: MONENTASOISTA YHTEISTYÖTÄ

Osteoporoosi on saanut WHO:n toimesta diagnostiset kriteerit vasta vuonna 1994. Siksi osteoporoosin ennaltaehkäisyyn, diagnostisointiin, hoitoon ja kuntoutukseen liittyvät kansalliset toimenpiteet ovat osittain alkutekijöissään.

Asian vauhdittamiseksi Suomen Osteoporoosiliitto julkaisi Kansallisen osteoporoosiohjelman ”Osteoporoosin kaatuilun aiheuttamien murtumien ehkäisyyn, tutkimukseen, hoidon ja kuntoutuksen kehittäminen - Kansallinen toimenpideohjelma vuosille 2009–2012” ([www.osteoporoosiliitto.fi](http://www.osteoporoosiliitto.fi); pdf-tiedosto). Kansallisen osteoporoosiohjelman valmistelua ohjasi monipuolisesti eri toimeenpano- ja asiantuntijatahoja edustava ohjausryhmä (kokoonpano, ks. liitetiedot). Ohjelman julkistamistilaisuus järjestettiin syyskuussa.

Liitto on toiminut aktiivisesti Kansallisen osteoporoosiohjelman toimeenpanon edistämiseksi. Se toimitti lähetekirjeellä varustetun ohjelmakirjaisen sairaanhoitopiirien johtajaylilääkäreille ja useille ministeriöille. Ohjelmaa jalkautettiin Etelä- ja Itä-Savon sairaanhoitopiirien tilaisuudessa Mikkelissä ja Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin tilaisuudessa Oulussa. Muita sairaanhoitopiirien tilaisuuksia suunniteltiin vuodelle 2010. Lisäksi osteoporoosiohjelma esiteltiin Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen järjestämällä alueellisilla terveyden edistämisen päivillä Helsingissä.

Kansallisen osteoporoosiohjelman levittämisessä ovat olleet tärkeänä apuna ja tukena liiton monet kannattajajäsenet. He ovat maksaneet julkaisemiseen liittyviä kustannuksia, jakaneet ohjelmakirjasta sekä järjestäneet lukuisia tilaisuuksia, joissa on esitelty Kansallista osteoporoosiohjelmaa.

Kansallinen osteoporoosiohjelma on ollut esillä myös liiton omissa ja sen alueyhdistysten tilaisuuksissa eri puolilla Suomea.

## **ALOITTEITA JA KESKUSTELUN HERÄTYSTÄ**

D-vitamiini osallistuu lihasten toiminnan ja suorituskyvyn, kaatuilun ja murtumaehkäisyyn lisäksi myös vastustuskyvyn kehittymiseen. Se todennäköisesti ehkäisee myös tyyppin I diabetesta, astmaa, allergista nuhaa ja eräitä syöpiä.

Kansallisen osteoporoosiohjelman julkaisemisen ja toimeenpanon edistämisen lisäksi toisena merkittävänä yhteiskunnallisen vaikuttamisen kohteena on ollut D-vitamiini: Suomen Osteoporoosiliitto teki vuonna 2008 aloitteen Valtioneuvostolle kansalaisten D-vitamiininpuutteen korjaamiseksi. Liitto on vuoden 2009 aikana lukuisissa tilaisuuksissa ja myös Maailman osteoporoosipäivän teemassa tuonut esille suomalaisten D-vitamiininpuutteeseen liittyvän kansanterveysongelman. Liitto järjesti myös D-vitamiinista tiedotustilaisuuden ja lähetti useita tiedotteita. D-vitamiini oli lisäksi liiton kysymyksenä joulukuussa Eduskunnan auditoriossa järjestetyssä Suomen Tule ry:n järjestämässä TULE-parlamentissa. Parlamentin vastauksessa STM:n edustaja kertoi, että kevään 2010 aikana julkaistaan ikääntyneelle väestölle laadittu uudet ravitsemussuosituksukset, joiden mukaan yli 60-vuotiaille suositellaan 20 mikrogramman D-vitamiinilisää ympäri vuoden.

Suomen Osteoporoosiliiton selvitysten mukaan kolmannes, jopa puolet osteoporoosin, osteopenian ja kaatuilun aiheuttamista murtumista on ehkäistävissä, jos väestön D-vitamiinipuute korjataan ja murtumien syyt seulotaan, tutkitaan ja hoidetaan osana jokaisen murtuman hoitoa sairaaloissa ja terveyskeskuksissa. Näin toimimalla terveydenhuolto saa nopeasti kaipaamiaan lisävoimavaroja muiden sairauksien hoitoon.

Liitto lähetti lisäksi tiedotteen liittyen lonkkamurtumapotilaiden D-vitamiinin ja kalsiumin sekä luulääkkeen käyttöön. Niiden samanaikainen käyttö lonkkamurtuman jälkeen liittyy selvästi matalampaan potilaiden kuolleisuuteen.

Kolmantena meneillään olevana vaikuttamisen kohteena on ollut ns. luulääkkeiden erityiskorvattavuus. Suomen Osteoporoosiliitto teki esityksen Valtioneuvostolle, että se muuttaisi nopealla aikataululla lääketieteellisin perustein vaikeiksi ja pitkäaikaisiksi arvioitavista sairauksista annettua Valtioneuvoston asetusta (1391/2003) siten, että osteoporoosin hoidossa käytettävien luulääkkeiden kustannuksista on mahdollista saada erityiskorvaus. Ehdotetulla erityiskorvattavuudella pyritään murtumapotilaiden osteoporoosidiagnostiikan parantamiseen ja uusintamurtumien, erityisesti lonkkamurtumien, ehkäisyyn. Esityksen tavoitteena ovat tuntuvat kustannussäästöt murtumien määrän ja hoidontarpeen vähenemisen kautta.

Neljäs vaikuttamisasia liittyi bisfosfonaattilääkitykseen. Television paljon kohua herättäneessä MTV3:n 45-minuuttia -ohjelmassa esiteltiin lääkkeen aiheuttavan leukaluun kuoliota ja epätyypillisiä reisiluun varren murtumia. Liitto tiedotti tutkimustuloksiin perustuen lääkkeen olevan turvallinen lääkärin valvonnassa ja että epätyypilliset murtumat ja osteonekroosi ovat erittäin harvinaisia: epätyypillisten murtumien frekvenssi on 1/10 000. Liitto muistutti tiedotteessaan,



että bisfosfonaattihoidolla voidaan ehkäistä 30 000 – 40 000 murtumaa vuodessa.

### **TULE-YHTEISTOIMINTAA**

Suomen Tule ry pyrkii edistämään alansa kansalais- ja potilasjärjestöjen, terveydenhoidon ammattilaisten, palvelutuottajien, tutkijoiden ja päättäjien verkostoitumista tuki- ja liikuntaelinterveyden hyväksi. Suomen Osteoporoosiliitto on yksi Suomen Tule ry:n 16 jäsenjärjestöstä.

Liitto toimii aktiivisesti tule-järjestöyhteistyössä. Liitto on jäsenjärjestönä Suomen Tule ry:ssä ja sillä on ollut oma edustajansa Suomen Tule ry:n hallituksessa. Suomen Tule ry järjesti joulukuussa jäsenjärjestöilleen ja päättäjille TULE-parlamentin Eduskunnan auditoriossa, jossa liitto esitti kysymyksensä liittyen osteoporoosin ennaltaehkäisyyn, diagnostisointiin, hoitoon ja kuntoutukseen sekä kansalaisten D-vitamiininsaantiin. Kuvassa oikealla TULE-parlamentin puhemies.

Liiton Kansallinen osteoporoosiohjelma oli myös esillä eri tilaisuuksissa yhdessä Suomen Tule ry:n Kansallisen TULE-ohjelman kanssa.

Liitto ja sen jäsenyhdistykset ovat tehneet yhteistyötä Suomen Reumaliiton

koordinoiman Kansainvälinen

tules-vuosikymmen -projektin kanssa. 11 liiton jäsenyhdistystä oli mukana kansallisena tule-päivänä lokakuussa järjestelemässä paikallisia tilaisuuksia ja luovuttamassa kuntapäättäjille kannanottoa kuntalaisten tule-terveyden edistämiseksi. Liiton edustaja on ollut muiden tule-järjestöjen toiminnanjohtajien kanssa hiomassa päättäjille luovutettua kannanottoa.



### **MURTUMATTA MUKANA: ITSEHOITOA LIIKKUEN**

Liitto on ollut jo vuodesta 2007 asiantuntijana mukana Eläkeliiton projektissa Murtumatta mukana. Hankkeessa järjestetään vertaisohjaajakursseja, joilla perehdytään osteoporoosia ehkäisevään liikuntaan ja saadaan valmiuksia ohjata luuliikuntaa. Hanke on kaksikielinen ja koulutuksia järjestetään suomen ja ruotsin kielillä. Hanke on myös tuottanut vertaisohjaajamateriaalin Murtumatta mukana – lujutta liikkumalla, jonka tekemisessä on liitto ollut tiiviisti mukana.

Yhteistyön ansiosta liiton alueyhdistysten edustajat ovat saaneet mahdollisuuden osallistua vertaisohjaajakursseille sekä materiaalia liikunnan ohjauksen tueksi.

### **MAAILMAN OSTEOPOROOSIPÄIVÄ JA KANSAINVÄLINEN OSTEOPOROOSIYHTEISTYÖ**

Suomen Osteoporoosiliitto on Kansainvälisen osteoporoosijärjestö International Osteoporosis Foundation IOF jäsen. IOF muodostuu 194 eri potilas- ja lääketieteellisestä järjestöstä, jotka edustavat 92 eri maata/toimialaa. IOF on lanseerannut jäsenjärjestöihinsä Maailman osteoporoosipäivän, jota vietetään ympäri maailman lokakuussa.

Liitto on pyrkinyt tuomaan luustoasiaa sekä suuren yleisön että asiantuntijoiden tietoisuuteen näkyvällä Maailman osteoporoosipäivän vietolla. Vuonna 2010 Maailman osteoporoosipäivää vietettiin 20.10.2009. Päivän teemana oli D-vitamiini.



Päivä alkoi Helsingissä järjestetyllä terveydenhoitoalan henkilöstölle suunnatulla seminaarilla Luustotiedon ajankohtaispäivä, jossa osteoporoosin asiantuntijat valottivat uusimpia näkymiä osteoporoosin ennaltaehkäisyyn, diagnosointiin ja hoitoon.

Illalla klo 18 yhdellätoista eri

paikkakunnalla järjestettiin liiton alueyhdistysten ja kannattajajäsenten yhteistyönä avoimia yleisöluentoja. Luentojen yhteinen osanottajamäärä oli toista tuhatta. Kuvassa Keski-Suomen Osteoporoosiyhdistyksen puheenjohtaja Mirja Venäläinen pitämässä Jyväskylässä järjestetyn yleisöluentotilaisuuden aloituspuheenvuoroa.

IOF on tehnyt lääkeyrityksen taloudellisen tuen avulla osteoporoosia sairastaville henkilöille OsteoLink-nimistä kotisivua eri puolille maailmaa. Toimintavuonna OsteoLink-kotisivun osalta aloitettiin valmistelutyö myös Suomessa Osteoporoosiliiton kannattajajäsenen taloudellisella tuella. Osteoporoosiliitto auttoi käännöstyön tekemisessä OsteoLink-kotisivun alkuselvityksiä varten.

## ALUEYHDISTYKSISSÄ VERTAISTUKEA JA TOIMINTAA

Suomen Osteoporoosiliiton valtakunnallinen järjestötoiminta muodostui 14 jäsenyhdistyksestä, jotka tarjosivat osteoporoosiin sairastuneille henkilöille ja heidän omaisilleen monia palveluita, vertaistukea ja monia vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia.

Liitto tukee jäsenyhdistystensä toimintaa resurssiensa puitteissa tiedotuksen, sähköposti- ja puhelinneuvonnan sekä yhteisten koulutuspäivien avulla. Jäsenyhdistysten toiminnan tukeminen vierailuiden, luentotilaisuuksien ja konsultointien avulla on resurssien puuttuessa ollut vähäistä. Tiedotuksen ja koulutuksen avulla olemme tukeneet yhdistystoimijoiden tiedonsaantia liittyen osteoporoosiin ja yhdistystyöskentelyyn.

### OSAAMISEN SYVENTÄMINEN

Suomen Osteoporoosiliiton alueyhdistykset arvioivat vuonna 2009 omaa ja liiton toimintaa laajassa Osteoporoosiliiton laatimassa kyselyssä. Palautteesta heijastuvat yhdistysten resurssien puute sekä tarve saada liitolta tukea käytännön yhdistystoimintaan.

Valtakunnalliset koulutukset ja tapaamiset ovat olleet tärkeitä tiedonjaossa ja yhdistysten toiminnan tukemisessa sekä järjestön yleisessä kehittämisessä. Lisäksi ne ovat tarjonneet mahdollisuuden vertaistukeen ja yhdessäoloon. Niiden avulla myös keskusjärjestö on voinut parantaa kontaktiaan jäsenkenttään ja kehittää omaa toimintaansa vastaamaan paremmin kentän tarpeita.

Kevään puheenjohtajien ja sihteerien neuvottelupäivän teemana oli yhdistysten sekä yhdistysten ja liiton välisen yhteistoiminnan arviointi sekä kehittäminen ja yhteistyön suuntaviivojen luominen. Sisältö pohjautui alkuvuodesta jäsenyhdistyksiin tehtyyn kyselyyn ja toiminnan itsearviointiin. Kevään järjestökoulutuksen teemana oli Kansallinen osteoporoosiohjelma ja sen jalkautus yhdistyksiin. Osanottajia oli 22 ympäri Suomen.

Syksyn järjestökoulutuspäivänä keskityttiin yhdistystoiminnan kehittämiseen ja uusien ideoiden saamiseen oman yhdistyksen pyörittämiseen. Keskeisin yksittäisteema oli liiton Ray-rahoitteinen lasten ja nuorten luuston terveyden kehittämiseen liittyä Luustoisien perhe –projekti. Päivän aikana käytiin koulutussisältö ja materiaali läpi ja mietittiin mahdollisuuksia projektin hyödyntämiseksi yhdistyspaikkakunnilla. Koulutus tapahtui sekä perinteisenä luentona että vertaisoppimiseen perustuen. Osanottajia oli 20. Liittokokouksen luento liittyi ajankohtaiseen aiheeseen D-vitamiiniin.

Koulutuspäivistä annettiin sekä kirjallinen että suullinen palaute. Palautteista heijastui ilo uuden oppimisesta ja uusista ideoista sekä kiinnostus toisten yhdistysten kehittämien toimintamuotojen juurruttamiseen myös omassa yhdistyksessä.

### **OPPIA VERTAISEN TUKEMISEEN**

Potilasyhdistystoiminnan vertaistuki perustuu samankaltaisten elämäkokemusten ja elämänvaiheiden läpieläneiden ihmisten keskinäiseen tasa-arvoisuuteen, keskinäiseen solidaarisuuteen, kuulluksi ja ymmärretyksi tulemiseen sekä kohtaamiseen ja keskinäiseen tukeen. Vertaistukea on tarjolla yhdistyksen muun toiminnan ohessa, organisoituna ryhmätoimintana ja vertaistukipuhelinpalvelun avulla.

Liitto tarjosi yhdistysten vertaistukihenkilöille ja vertaistukitoiminnasta kiinnostuneille vertaistukikoulutuspäivän maaliskuussa liiton toimitilassa Vantaalla. Koulutus perustui ryhmässä tapahtuvalle vertaistuelle, ryhmätoiminnalle ja -dynamiikalle. Koulutukseen osallistui 8 henkilöä. Vertaistukitoiminnan kehittäminen yhdistyksissä onkin tärkeä tuleva haaste myös jatkossa.

### **YLEISÖTAPAHTUMAT TOIVAT NÄKYVYYTTÄ**

Osteoporoosiasialle luotiin valtakunnallista ja vahvistettiin paikallista näkyvyyttä yhdistysten samanaikaisilla, eri paikkakunnilla tapahtuvilla tilaisuuksilla.

Jäsenyhdistykset organisoivat laajana alueellisena ja paikallisena Tule-yhdistysyhteistyönä Tule-päivän tapahtumia yhteensä 11 paikkakunnalla ympäri Suomen. Päivän teemana oli tule-tasapaino.

Varsinainen voimainkoitos oli Maailman osteoporoosipäivänä, jolloin 11 jäsenyhdistystä järjesti yhteistyössä liiton kannattajajäsenten kanssa yleisöluentotilaisuuksia eri puolilla Suomea. Luustosta ja osteoporoosista kertoviin tilaisuuksiin osallistui yhteensä toista tuhatta henkilöä. Näiden yhtäaikaisten tapahtumien lisäksi liiton alueyhdistykset järjestivät muita yleisöluentotilaisuuksia. Vuonna 2009 alueyhdistykset järjestivät yhteensä 79 yleisöluentotilaisuutta, joissa oli yhteensä 5 606 kuulijaa.

### **OSTEOPOROOSIYHDISTYSTEN PALVELUITA**

14 jäsenjärjestöä tarjosi jäsenistölleen monenlaisia palveluita. Yhdistysten toiminta vaihteli alueen jäsenten tarpeiden sekä yhdistystoimijoiden aktiivisuuden mukaan. Seuraavassa on esitetty palveluita, joita useissa jäsenyhdistyksissä tarjottiin:

### Osteoporoosiyhdistysten jäsenpalveluita

1. Tieto luuston hoidosta, osteoporoosista ja osteoporoosin hoidosta
  - lääkäri-/osteoporoosihoidajaneuvonta
  - jäsenillat ja epäviralliset keskustelut
  - esitteet, jäsenkirjeet, liiton Osteo-lehti
  - yleisötilaisuudet
  - tiedotusvälineet
2. Vertaistuki
  - epäviralliset keskustelut ja uudet ystävät
  - säännöllinen toiminta
  - jäsentapahtumat
  - vertaistukipuhelinpalvelut
3. Itsehoidon tuki
  - tiedon ja vertaistuen avulla
  - liikuntaryhmät
  - osteo-piirit (perustietoa luustosta ja osteoporoosista)
  - lääkäri-/osteoporoosiohjaajaneuvonta
4. Edunvalvonta
  - yhteistyötä viranomaisten ja hoitavan tahon kanssa
  - yhteistyössä paikallisten yhdistysten ja päättäjien kanssa
  - tiedotus
5. Virkistys
  - juhlat
  - matkat, retket, teatteri-, konsertti- ja näyttelykäynnit
  - lomatoiminta

Osteoporoosiyhdistysten jäsenten keskimääräinen ikä on tavallisesti lähellä 60 ikävuotta. Sukupuolirakenne on voimakkaasti naisvoittoista. Korkea ikärakenne tekee omat haasteensa yhdistysten toimintaan, mutta toisaalta vanhemmilla ikäluokilla on aikaa, osaamista ja kiinnostusta yhteisten asioiden hoitamiseen.

Liiton alueyhdistysten yhteenlaskettu jäsenmäärä on 3 000. Tekemätöntä työskarkaa on paljon, jos otetaan huomioon osteoporoosia sairastavien henkilöiden määrä 400 000. Seuraavassa taulukossa ovat liiton jäsenyhdistykset jäsenmäärineen ja jäsenmäärän muutoksineen.

JÄSENMÄÄRÄT	2008	2009	muutos	%
Etelä-Savon Osteoporoosiyhdistys	128	145	17	13,3
Imatran Seudun Osteoporoosiyhdistys	79	84	5	6,3
Kanta-Hämeen Osteoporoosiyhdistys	58	80	22	37,9
Keski-Suomen Osteoporoosiyhdistys	176	181	5	2,8
Kokkolan Seudun Osteoporoosiyhdistys	71	80	9	12,7
Kouvolan Seudun Osteoporoosiyhdistys	53	60	7	13,2
Pirkanmaan Osteoporoosiyhdistys	322	317	-5	-1,6
Pohjoisen Luut Lujiksi	181	176	-5	-2,8
Pohjois-Savon Osteoporoosiyhdistys	102	92	-10	-9,8
Pääkaupunkiseudun Osteoporoosiyhdistys	947	1001	54	5,7
Saimaan Seudun Osteoporoosiyhdistys	90	87	-3	-3,3
Salon Seudun Osteoporoosiyhdistys	141	152	11	7,8
Suomen Osteoporoosiyhdistys	299	254	-45	-15,1
Turun Osteoporoosiyhdistys	236	246	10	4,2
<b>SUMMA</b>	<b>2883</b>	<b>2955</b>	<b>72</b>	
<b>KESKIARVO</b>			<b>5,14</b>	<b>5,11</b>

Alueyhdistyksissä oli vuonna 2009 yhteensä:

- 21 hallinnollista elintä, 120 kokousta, 778 osallistumiskertaa
- 27 liikuntaryhmää, 660 kokoontumista, 5 937 liikuntakertaa
- 17 muuta ryhmää, 65 kokoontumista, 636 kokoontumiskertaa
- 76 erillistä tilaisuutta jäsenistölle, 1 178 osanottajaa
- 79 yleisötilaisuutta ulkopuolisille, 5 606 osanottajaa.

Yhteensä alueyhdistykset tarjosivat:

- 921 eri organisoitua tilaisuutta vertaistukeen, niihin jäsenistöä osallistui 8 529 henkeä
- yhteensä tasan 1000 kokousta/kokoontumista/tilaisuutta jäsenistölle ja ulkopuolisille, joihin osallistui 14 135 henkilöä.

## VIESTINNÄN VALTTIKORTIT

Suomen Osteoporoosiliiton viestintä vastaa osteoporoosia sairastavien ja heidän läheistensä, sidosryhmien ja suuren yleisön ajankohtaisen ja asiallisen osteoporoosi- ja luustotiedon tarpeeseen ja tiedottaa suurelle yleisölle osteoporoosin ennaltaehkäisyyn liittyvistä asioista. Lisäksi liitto tarjoaa tietoa ja näkökulmia alan hoitohenkilökunnalle.

## VIESTINTÄÄ PAINETTUNA JA SÄHKÖISESTI

Viestintä on ollut tärkeällä sijalla liiton tavoitteiden saavuttamisessa. Viestinnän kohderyhminä ovat olleet kansalaiset, hoitoalan ammattilaiset, alueyhdistykset, osteoporoosia/osteopeniaa sairastavat henkilöt ja heidän läheisensä.

Tiedotuskanava	Sisältö	Määrä ym.
www-sivut	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tietoa luustosta, osteoporoosista ja sen hoidosta</li> <li>• alueyhdistysten omat sivut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 pääsivua</li> <li>• lähes 40 alasivua</li> <li>• lisäksi 14 jäsenyhdistyksen omat sivut alasiivuihin</li> </ul>
tiedotteet ja tiedotustilaisuudet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kansallinen osteoporoosiohjelma</li> <li>• D-vitamiini</li> <li>• maailman osteoporoosipäivä</li> <li>• bisfosfonaattilääkitys</li> <li>• lonkkamurtumapotilaan lääkehoito</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 sähköistä tiedotetta tiedotusvälineille</li> <li>• 3 tiedotetta STT:n jakeluun</li> <li>• 2 tiedotetta Yle-uutisissa</li> <li>• 3 tiedotustilaisuutta, läsnä yht. lähes 40 toimittajaa</li> </ul>
jäsenkirjeet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ajankohtaista asiaa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 sähköistä jäsenkirjettä n. 60 jäsenyhdistyksen osoitteeseen</li> </ul>
Osteo-lehti	teemoina: <ul style="list-style-type: none"> <li>• mies ja osteoporoosi</li> <li>• naisen osteoporoosi</li> <li>• lapsuusiän osteoporoosi ja osteoporoosin lääkehoito</li> <li>• luuliikunta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 numeroa, 152 sivua,</li> <li>• yhteensä n. 16.000 lehteä eli lähes 2,5 miljoonaa sivua osteoporoosiasiaa</li> </ul>
oppaat ja esitteet	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kansallinen osteoporoosiohjelma</li> <li>• Luustoisien perhe: esitteet leikki-ikäisten sekä ala- ja yläasteikäisten lasten luustosta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ohjelma: 5000 kpl, yht. 220 000 sivua</li> <li>• Esitteet: yht. 19 000, yht. 140 000 sivua</li> </ul>

Osteo-lehti on liiton neljä kertaa vuodessa ilmestynvä osteoporoositietoutta ja yhdistysasiaa sisältävä lehti. Lehtiä painettiin yhteensä 16 000 kappaletta vuonna 2009. Liiton viestinnästä on vastannut puheenjohtaja-toiminnanjohtaja –tiimi.

## SOPEUTUMISVALMENNUS JA KUNTOUTUS

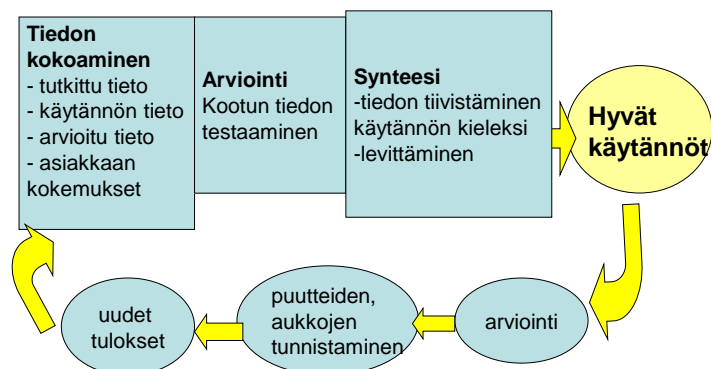
Liiton sopeutumisvalmennustoiminnan tavoitteena on sopeutua pitkäaikaissairauteen sekä parantaa valmiuksia toimia elinympäristössä mahdollisimman täysipainoisesti sairaudesta tai vammasta huolimatta. Tähän pyritään mm. antamalla tietoa sairaudesta ja sen vaikutuksista ja tukemalla selviytymistä sairauden kanssa.

Kela järjestää vuosittain muutaman työkäisille tarkoitetun kuntoutuskurssin osteoporoosia/osteopeniaa sairastaville henkilöille, vaikka osteoporoosia ja osteopeniaa sairastaa 800 000 suomalaista. Tämä siitä huolimatta, että itsehoidolla voitaisiin tukea kuntoutumista ja hoitoon sitoutumista sekä ehkäistä kaatumisia ja murtumia.

Suomen Osteoporoosiliitto on vuodesta 2001 lähtien kehittänyt sopeutumisvalmennustoimintaansa Raha-automaattiyhdistyksen tuella vastaamaan osteoporoosia sairastavien henkilöiden tarpeisiin. Vuosien työn tuloksena liitto on laatinut **sopeutumisvalmennustoiminnan käsikirjan**, johon pohjautuu nykyisin järjestettävä, hyviin käytäntöihin perustuva liiton sopeutumisvalmennuskurssitoiminta.



### Hyvien käytäntöjen prosessi



Ilse Julkunen, Stakes

Sopeutumisvalmennuskursseihin liittyen kerätään tietoa eri tavoin:

1. laituskuntoutuskurssin järjestäjät tekevät itsearviointia
2. kursilla olevat henkilöt antavat kurssin järjestäjälle välittömän palautteen kurssin lopussa organisoidussa palautetilaisuudessa

3. liitto on laatinut oman palautelomakkeensa, jolla kurssilaiset antavat palautetta kurssin sisällöstä ja järjestävästä tahosta sekä arvioivat omaa tilannettaan
4. liitto lähettää sopeutumisvalmennuskurssille osallistuneille kyselyn 6 kk ja 12 kk kuluttua kurssin päättymisestä

Sopeutumisvalmennuksen ohjausryhmä seuraa sopeutumisvalmennuksen toteutusta sekä kerää saadun palautteen ja sen perusteella kehittää sopeutumisvalmennustoimintaa.

### **SOPEUTUMISVALMENNUSKURSSIT MONIAMMATILLISENA YHTEISTYÖNÄ**

Kuuden päivän mittaisia sopeutumisvalmennuskursseja järjestettiin vuonna 2009 yhteensä neljä. Kullekin neljälle kurssille osallistui 12 henkilöä, yhteensä 47 henkilöä. Kurssit järjestettiin laituskuntoutuksena seuraavasti:

- Kuntoutus Peurunka, Laukaa (toukokuu)
- Kuntoutumiskeskus Apila, Kangasala (touko-kesäkuu)
- Kruunupuisto – Punkaharjun kuntoutuskeskus (syyskuu)
- Kuntoutus Peurunka, Laukaa (lokakuu)



Kurssista ilmoitettiin liiton kotisivuilla ja Osto-lehdessä sekä kerrottiin alueyhdistysten tilaisuuksissa. Lisäksi sopeutumisvalmennuskursseista on julkaistu omaa esitettään, joka on jaossa mm. murtuma-/osteoporoosihoitajilla. Kurseille haki määräaikaan mennessä 77 henkilöä, joista 47 osallistui kurssille. Kurssille pääsy edellytti hakemuksen lisäksi B1-lääkärintlausuntoa.

Kursseilla oli käytössä moniammatillinen tiimi, joka muodostui lääkäristä, psykologista, sosiaalityöntekijästä, ravitsemusasiantuntijasta sekä fysioterapeutista. He järjestivät kurssilaiselle suunnitelman mukaista ryhmätoimintaa ja tapasivat kurssilaiset yksityisvastaanoton merkeissä.



Kuvassa oikealla on Kruunupuiston sopeutumisvalmennuskurssilaisia.

Vuonna 2009 sopeutumisvalmennukseen osallistuneille 47 henkilölle lähetettiin kysely kuusi kuukautta kurssin jälkeen. Vastausprosentti oli 80 %. Kaikki vastaajat olivat naisia, heidän keski-ikänsä oli 65 vuotta ja heistä viisi oli työssä, yksi sairauslomalla ja yksi kuntoutustuella, loput olivat eläkkeellä.



Oman ilmoituksensa mukaan vastaajat ovat kurssin jälkeen ottaneet käyttöön ja/tai ymmärtävät paremmin ruokavalion, lääkityksen, liikunnan, oman sairautensa ja itsehoidon merkityksen päivittäisessä elämässään (33–38 myönteistä vastausta, N=38). Vastaajien mielestä sopeutumisvalmennuskurssista on ollut apua sopeutumisessa elämään osteoporoosiin kanssa (35 myönteistä/1 kielteinen vastaus) ja päivittäisessä elämässä (32/2). Eniten hajontaa tuli kysyttäessä kurssin merkityksestä kotitöistä selviämisessä (17/11) ja kaatumisen pelon vähentymisessä (19/15).

### **OSTEOPOROOSI TUTUKSI –ENSITETOPÄIVÄT**

Ensitetopäivien tavoitteena on saavuttaa kursseja laajempi yleisö, joilla kerrotaan perustasiat

- 1) luustosta, osteoporoosista ja osteoporoosilääkityksestä
- 2) osteoporoosia sairastavan sosiaaliturvasta
- 3) itsehoidosta: liikunnasta ja ravitsemuksesta

Koulutuspäivän luennoitsijoina toimi tavallisimmin lääkäri, fysioterapeutti/terveydenhuollon maisteri sekä sosiaalityöntekijä. Aloituspuheenvuoron piti tavallisimmin paikallisyhdistyksen edustaja. Ensitetopäivistä ilmoitettiin liiton kotisivuilla, alueyhdistysten tilaisuuksissa sekä kunkin paikkakunnan päälehdessä. Seuraavassa ensitetopäivien paikkakunnat ja osanottajamäärät:

Paikkakunta	Osanottajia
Lohja	22
Mikkeli	31
Vaasa	30
<b>Yhteensä</b>	<b>83</b>

Ensitetopäivien osanottajamäärää on lisätty niiden suuren tarpeen vuoksi. Esimerkiksi Vaasassa järjestettyyn tilaisuuteen ilmoittautui lehti-ilmoituksen

perusteella ensimmäisen kahden tunnin aikana yli 30 henkilöä. Ensitetopäivien osanottajamäärää ei kuitenkaan haluta kasvattaa enempää, sillä silloin keskusteluun ja tutustumiseen ei jää lainkaan aikaa, ja näin päivän henkilötason kontaktit jäävät pois.

### **ALUEYHDISTYSTEN KUNTOUTUSTOIMINTA**

Liiton alueyhdistykset toimivat monin eri tavoin kuntoutus- ja kuntoutumis+näkökulmasta tarkastellen. Yhdistykset tarjosivat vertaistukea, liikuntamahdollisuuksia, muuta itsehoidon tukea sekä tietoa omasta sairaudesta ja sen hoidosta.

Vertaistukitilaisuuksia organisoitiin yhteensä 921, joihin osallistui 8 529 yhdistyksen jäsentä. Varsinaisia vertaistukiryhmiä oli muutamassa yhdistyksessä. Lisäksi joissain yhdistyksessä oli puhelinpäivystys tai vertaistukipuhelin. Organisoitujen vertaistukitilaisuuksien lisäksi yhdistyksen toiminnan kautta rakentui lukemattomia muita vertaistuen mahdollisuuksia, kun yhdistysten jäsenet ovat olleet keskenään yhteydessä organisoitujen tilaisuuksien ulkopuolella.

Osteoporoosin itsehoidossa liikunta on merkittävässä roolissa. Varsinaisia liikuntaryhmiä yhdistyksissä toimi 27, jotka kokoontuivat 660 kertaa. Yhteensä yhdistysten liikuntatoiminnassa oli 5 937 liikuntakertaa. Yhdistykset toimivat tavallisesti tiiviissä yhteistyössä kuntien liikuntatoimen kanssa. Osalla yhdistyksiä oli kunnan järjestämä erityisliikunnanohjaajan vetämä oma liikuntavuoro, osa yhdistyksistä organisoi liikuntatoiminnan yhteistyössä muiden tule- tai eläkeläisjärjestöjen kanssa.

Muuta itsehoidon tukea järjestettiin yhdistyksissä tavallisimmin aiheeseen liittyvien luentojen muodossa.

Tietoa omasta sairaudesta ja sen hoidosta monet yhdistykset tarjosivat luentotilaisuuksien lisäksi mm. säännöllisesti organisoidun lääkärin tarjoaman puhelinpäivystyksen tai lääkäri-/osteoporoosineuvojatapaamisen avulla.

### **OSTEOPOROOSILOMA YHTEISTYÖSSÄ**

Tuettu lomatoiminta on osteoporoosia ennaltaehkäisevää, itsehoitoa tukevaa ja itsenäistä suoriutumista edistävää työtä, jota liitto tekee yhdessä jäsenyhdistysten ja lomajärjestöjen kanssa, Raha-automaattiyhdistyksen tuella. Mukana toteutuksessa on eri asiantuntijoita, joiden avulla pystytään toteuttamaan monipuolinen tietoa, virkistystä ja lepoa sekä vertaistukea sisältävä 5 päivän mittainen tavoitteellinen kokonaisuus.

Kanta-Hämeen Osteoporoosiyhdistys järjesti yhteistyössä Suomen Osteoporoosiliiton kanssa ja Raha-automaattiyhdistyksen tuella 5 päivän mittaisen Osteo-aktiiviloman Lautsian lomakeskuksessa Hauholla marraskuussa

parille kymmenelle osteoporoosia sairastavalle henkilölle ja heidän omaisilleen. Aktiiviloma sisälsi lukuisia asiantuntijaluentoja osteoporoosi- ja itsehoitoasioista sekä monipuolista liikuntaa ja muuta toimintaa. Kurssiohjelmaa oli tarjolla aamusta iltaan.

## LUUSTOTIETOA LAPSILLE JA NUORILLE SEKÄ KASVATAJILLE

Lasten ja nuorten tule-terveydessä on Suomen tulevaisuus. Siksi Suomen Osteoporoosiliitolla on ollut vuodesta 2005 lähtien Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama Luustoisen perhe –projekti:

- Lapsuuden ja nuoruuden kasvukausi on luuston kehitykselle tärkeää aikaa
- Ruoka- ja liikuntatottumukset alkavat muotoutua jo varhaislapsuudessa kokemusten ja mallioppimisen kautta
- Varhaislapsuudessa omaksutut terveelliset elintavat luovat pohjan luuston kestävyydelle koko eliniäksi

Vuonna 2009 hanke sai jatkorahoituksen. Hankevuoden päämääränä oli motivoida päivähoiton henkilöstöä, lastenneuvoloiden terveydenhoitajia ja lasten vanhempia huomioimaan lasten luustonhuoltoon liittyvät tekijät.



Hankkeen koulutusten avulla tuettiin luustonhuoltotietouden leviämistä lastenneuvolan terveydenhoitajille ja päivähoiton ammattilaisille, jotka käytännössä toteuttavat lapsen luustonhuoltoa osana kuntien ja niiden yksiköiden varhaiskasvatussuunnitelmia.

### Lasten luustotiedon päivän koulutukset:

Kuopio	2 koulutusta, syyskuu
Oulu	2 koulutusta, lokakuu
Kouvola	1 koulutus, joulukuu
Yhteensä	noin 100 osanottajaa



Koulutuksissa oli mukana lääkäri, ravitsemusasiantuntija sekä liikunnan asiantuntija. Koulutuksissa käytettiin hankkeen aikana tuotettua monipuolista materiaalia. Lisäksi Suomen Osteoporoosiliiton jäsenyhdistysten edustajat osallistuivat Helsingissä Luustoisen perhe –koulutukseen osana hankkeen jatkojalkautusta.

Lisäksi osana hanketta päivitettiin Luustoisen perhe –yleisesite ja ala- ja yläasteikäisille omat luustotietouden esitteensä. Päivityksille on ollut tarve uuden D-vitamiinitietämyksen myötä.

## HALLINTO JA TALOUS

### LUOTTAMUSHENKILÖT

Suomen Osteoporoosiliiton hallituksessa on edustettuna monipuolinen osaaminen ja asiantuntijuus sekä potilasjäsenien näkökulma.

Liiton ylintä päätäntävaltaa käyttää kahdesti vuodessa kokoontuva liittokokous, johon liiton jäsenyhdistykset valitsevat edustajansa jäsenmääränsä mukaisesti. Liiton kokousten päätökset toteuttaa liittohallitus, jolla on apunaan työvaliokunta ja liiton toimisto. Liittosäännöt ja yhdistysten yhdistyssäännöt säätelevät toimintaa. Lisäksi hallitus uudisti taloussäännön ohjaamaan käytännön työskentelyä.

Hallitukseen kuuluu puheenjohtajan lisäksi kahdeksan varsinaista ja kaksi varajäsentä. Hallituksen jäsenistä puolet vaihtuu vuosittain toimikauden ollessa kahden vuoden mittainen.

Kevään liittokokous pidettiin 24.4.2009 Helsingissä. Paikalla oli 26 äänivaltaista edustajaa, joilla oli 31 ääntä. Lisäksi paikalla oli liittohallituksen edustajina 8 henkeä, toiminnanjohtaja ja 3 Suomen Osteoporoosiyhdistyksen edustajaa. Liittokokous vahvisti tilinpäätöksen, myönsi vastuuvapauden hallitukselle ja toiminnanjohtajalle sekä käsitteli vuosikertomuksen vuodelta 2008.



Syksyn liittokokous pidettiin 28.11.2009 Helsingissä. Kokouksessa oli 26 äänivaltaista edustajaa, joilla oli 33 ääntä. Lisäksi paikalla oli liittohallituksen edustajista 5 henkilöä ja toiminnanjohtaja. Liittokokous vahvisti toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2010 sekä valitsi hallitukseen jäsenet ja varapuheenjohtajan erovuoroisten tilalle. Lisäksi liittokokous valitsi liiton tilintarkastajat. (Hallituksen jäsenet vuonna ja tilintarkastajat vuonna 2009, ks. liite.) Kuvassa

syyskokousväkeä kuuntelemassa professori Ilari Paakkarin luentoa D-vitamiinista.

Liittohallitus kokoontui 7 kertaa. Hallituksen apuna asioiden valmistelussa on toiminut hallituksen valitsema työvaliokunta, joka kokousti vuoden aikana 6 kertaa. Toiminnanjohtaja toimi pääasiallisesti esittelijänä ja sihteerinä hallituksen ja työvaliokunnan kokouksissa.

## **LIITON TOIMISTO**

Suomen Osteoporoosiliiton toimistossa Vantaan Tikkurilassa oli palkattuna kaksi henkilöä: toiminnanjohtaja ja toimistonhoitaja. Haasteelliseksi toimintakertomusvuoden teki se, että toiminnanjohtajana toimi vuoden aikana kolme eri henkilöä. Liitossa kolme vuotta toiminut toiminnanjohtaja erosi tehtävästään helmikuun lopussa omasta pyynnöstään, jonka jälkeen tehtäviä hoiti vt. toiminnanjohtaja aina kesään saakka. Elokuusta lähtien liitolla on ollut vakituinen, hakuprosessin avulla palkattu toiminnanjohtaja.

Liiton ainoan toimitsijan vaihtuminen on edellyttänyt liiton toimistonhoitajan ja liiton hallituksen, erityisesti puheenjohtajan, vahvaa sitoutumista liiton työhön. Onkin ollut hieno saavutus, että liitto on kyennyt toimimaan näin hyvin ja monipuolisesti koko vuoden ajan.

Lakisääteinen työterveyshuolto järjestettiin Mehiläisen kautta. Henkilöstölle tarjottiin joululounas.

## **SUOMEN OSTEOPOROOSILIITTO RY:N HALLITUKSEN TOIMINTAKERTOMUS**

Suomen Osteoporoosiliitto on valtakunnallinen kansanterveys-, potilas- ja liikuntajärjestö, jonka tarkoituksena on osteoporoosin ja osteoporoottien luunmurtumien ehkäiseminen, luuston terveyden ja terveellisten elintapojen sekä osteoporoosia sairastavien tutkimuksen, hoidon ja kuntoutuksen edistäminen.

Osteoporoosi on nuori kansanterveysongelmana, sillä vasta vuonna 1993 WHO määritteli osteoporoosin sairaudeksi, jota voidaan tutkia ja hoitaa, ja seuraavana vuonna hyväksyi osteoporoosin diagnostiset kriteerit. Tosiasiassa kansanterveysongelmana osteoporoosi on poikkeuksellisen laaja, sillä 15 % suomalaisista sairastaa osteoporoosia tai osteopeniaa. Sairauden ”nuoruudesta” johtuen myös Suomen Osteoporoosiliitto ja sen edeltäjä Suomen Osteoporoosiyhdistys ovat sangen nuoria terveysalan keskusjärjestöjä. Suomen Osteoporoosiyhdistys perustettiin vuonna 1995 ja Suomen Osteoporoosiliitto vuonna 2004. Koko toimintansa ajan liitto on toiminut vahvasti toisaalta sekä kansanterveys- ja asiantuntijajärjestönä että edunvalvonta-, potilas- ja liikuntajärjestönä.

Liiton monipuolinen tehtäväkuva sekä suuret luuston hyvinvointiin ja osteoporoosiin liittyvät kansanterveydelliset haasteet ovat tehneet välttämättömäksi laatia liiton toiminnalle toimintastrategian. Liittohallituksen laatima toimintastrategia on rakentunut kolmesta eri osa-alueesta, joiden eteen liitto työskentelee vuosien 2007–2011 aikana.

Suomen Osteoporoosiliiton toimintastrategian vaikuttamisalueet:

1. Jäsenyhdistysten toiminnan ja jäsenpalveluiden kehittäminen
2. Kansallisen osteoporoosin ehkäisyn, diagnostiikan, hoidon ja kuntoutuksen kehittämistä koskevan toimenpideohjelman ja suositusten laatiminen ja niiden toimeenpanon edistäminen (Kansallinen osteoporoosiohjelma)
3. Osteoporoositietouden lisääminen

## **TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA RESURSSIT – HAASTE TOIMINNALLE**

Vanhusväestön kasvu, julkisen talouden heikot näkymät ja laajat organisaatiomuutokset, hoitoalan henkilöstöpula ja monet muut tekijät luovat liiton toimintaan jatkuvia haasteita ja paineita järjestön edunvalvontatyöhön. Liitto onkin tehnyt lukuisia aloitteita ja toiminut osteoporoosiin ja luuston terveyteen liittyvänä äänitorvena suhteessa päättäjiin ja hoitoalan henkilöstöön.

Myös alueyhdistysten vapaaehtoistoiminta on yhteiskunnan muutosten myötä murroksessa. Ihmisen kiinnostus yhdistystoimintaa kohtaan kilpailee yksilön elämässä muiden vapaa-ajanviettomahdollisuuksien, kasvavan viihteen ja yksilöllisten kulutustottumusten, kanssa. Suomen Osteoporoosiliitto korostaa, että yhdistysten tarjoama vertaistuki ja muut henkilökohtaiseen vuorovaikutukseen perustuvat palvelut sekä osallisuuden mahdollisuus ovat merkittäviä asioita pitkäaikaissairaana henkilön elämisen laadun ja kuntoutumisen kannalta.

Tiedonvälityksen muuttuminen on edellyttänyt liitolta uudenlaista ajattelua sähköisen median käytöstä liiton toiminnassa. Toisaalta taas sähköinen tiedonvälitys on asettanut erityisesti vanhenevan väestöosan eriarvoiseen asemaan keskenään: osa ikäihmisistä ei osaa käyttää tietotekniikkaa lainkaan kun taas osa käyttää tietotekniikkaa sujuvasti päivittäin. Liiton toiminnassa onkin tärkeää huomioida tämä eriarvoistuminen ja hoitaa tiedonvälitys sekä sähköisesti että perinteisiä tiedotuskanavia käyttäen.

Myös järjestön toimintaan tarvittavien resurssien riittämättömyys aiheuttaa jatkuvasti valintatilanteita ja vaatii tiukkojen prioriteettien asettamista. Moni tärkeäkin asia jää tekemättä tai liian vähäiselle huomiolle. Toisaalta palkatun henkilöstön määrän pienuus (toimistonhoitaja ja toiminnanjohtaja) tarkoittaa, että vapaaehtoistyölle on mahdollisuuksia ja tilausta. Liiton näkyvyys julkisuudessa ja monipuolinen toiminta perustuukin ennen kaikkea vapaaehtoistyön varaan. Tätä vapaaehtoisuutta on syytä muistaa arvostaa ja pitää siitä huolta. Onhan esimerkiksi hallituksessamme Suomen osteoporoosialan eturivin asiantuntijoita, jotka antavat omaa aikaansa ja tietotaitoaan osteoporoosiasian eteenpäinviemiseksi maassamme.

## **TOIMINNAN TULOKSIA**

Vuosia kestäneen työn tuloksena Suomen Osteoporoosiliitto julkaisi osteoporoosin Käypä hoito -suositukseen perustuvan ja laajalla yhteistyöllä laaditun Kansallisen osteoporoosiohjelman, jossa on esitetty käytännössä suositukset osteoporoosin ennaltaehkäisemiseksi ja diagnostisoinniksi sekä hoidon ja kuntoutuksen järjestämiseksi. Ohjelman laatiminen on ollut yksi keskeinen liiton toimintastrategian osa (ks. Suomen Osteoporoosiliiton toimintastrategia, kohta 2, edellinen sivu).

Toisena näkyvänä tuloksena on ollut keskustelun ylläpito suomalaisten D-vitamiinin riittävän saannin turvaamiseksi. Liiton vuonna 2008 Valtioneuvostolle tekemästä aloitteesta Valtion ravitsemusneuvottelukuntaan perustettiin D-vitamiinityöryhmä selvittämään tilannetta. Asian vauhdittamiseksi liitto nosti D-vitamiinin Maailman osteoporoosipäivän kansalliseksi teemaksi ja järjesti tiedotustilaisuuden aiheesta.

Kolmantena vuoden 2009 edunvalvontaan liittyvänä tuloksena on se, että sosiaali- ja terveysministeriössä on valmistelussa osteoporoosin hoidossa käytettävien ns. luulääkkeiden kustannusten erityiskorvattavuus. Liitto teki asiasta aloitteen huhtikuussa. Ehdotetulla erityiskorvattavuudella pyritään murtumapotilaiden osteoporoosidiagnostiikan parantamiseen ja uusintamurtumien, erityisesti kohtalokkaiden lonkkamurtumien, ehkäisyyn. Esityksen tavoitteena ovat tuntuvat kustannussäästöt murtumien määrän ja hoidontarpeen vähenemisen kautta.

Maailman osteoporoosipäivän 20. lokakuuta teemana oli D-vitamiini. Päivä alkoi hoitoalan ammattilaiselle järjestetyllä Luustotiedon ajankohtaispäivällä Helsingissä. Tilaisuudessa oli 80 osanottajaa. Samana päivänä liitto järjesti yhteistyössä alueyhdistysten ja kannattajajäsenten kanssa 11 yleisöluentotilaisuutta ympäri Suomen. Niiden osanottajamäärä oli lähes 2000.

Tule-järjestöjen yhteistoiminta on jatkunut Suomen Tule ry:n, Kansainvälisen tules-vuosikymmenen ja kansallisen tule-päivän sekä epävirallisen järjestöjen välisen yhteistyön avulla. Yhteistoimintaa on ollut sekä keskusjärjestötasolla että jäsenyhdistysten kesken eri paikkakunnilla tule-päivän merkeissä.

Liiton ja alueyhdistysten välisen yhteistyön kehittäminen on ollut yksi kehittämisen kohde. Alueyhdistykset olivat koolla kahdesti kevään ja syksyn liittokokousten aattona järjestetyn puheenjohtajien ja sihteerien neuvottelupäivän ja järjestöpäivän yhteydessä Helsingissä. Päivillä käytiin läpi järjestöarviointia, kehitettiin parempaa järjestökenttää, liittoa ja yhteistyötä sekä opiskeltiin liiton Raha-automaattiyhdistysrahoitteista Luustoisen perhe –projektia. Liitto tarjosi lisäksi keväällä jäsenyhdistyksilleen päivän mittaisen vertaistukikoulutuksen.

Viestintä on ollut tärkeällä sijalla liiton tavoitteiden saavuttamisessa. Viestinnän kohderyhminä ovat olleet kansalaiset ja hoitoalan ammattilaiset, osteoporoosia/osteopeniaa sairastavat henkilöt ja heidän läheisensä sekä liiton alueyhdistykset. Liiton neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Osteo-lehti on vuoden aikana käynyt läpi nuorennusleikkauksen ja sisältöä on kehitetty palvelemaan jäsenten lisäksi myös muita osteoporoosiasioista kiinnostuneita. Liitto on myös toiminut aktiivisesti suhteessa muihin viestimiin ja toimittanut 10 sähköistä tiedotetta sekä järjestänyt kolme tiedotustilaisuutta.

Liiton sopeutumisvalmennustoiminnan tavoitteena on sopeutua pitkäaikaissairauteen sekä parantaa valmiuksia toimia elinympäristössä mahdollisimman täysipainoisesti sairaudesta tai vammasta huolimatta. Liiton

sopeutumisvalmennustoiminta on perustunut liiton kehittämään sopeutumisvalmennuksen käsikirjaan. Laitoskuntoutuksena järjestettiin neljä kuuden päivän mittaista sopeutumisvalmennuskurssia ja kolme osteoporoosin ensi tieto –päivää. Sopeutumisvalmennuksen tarjonta on ollut selkeästi liian vähäistä tarpeeseen nähden.

Luustoisen perhe –projekti on toiminut koulutusten muodossa, joilla tuettiin luustonhuoltotietouden leviämistä lastenneuvolan terveydenhoitajille ja päivähoidon ammattilaisille. He toteuttavat käytännössä lapsen luustonhuoltoa osana kuntien ja niiden yksiköiden varhaiskasvatussuunnitelmia. Projektissa lisäksi päivitettiin esitemateriaalia.

### **TALOUDEN TOTEUTUMINEN**

Liiton talouden toteuma noudatti pääosin talousarviota. Tilinpäätös osoittaa pientä ylijäämää, 1 062,35 euroa. Hallitus esittää ylijäämän lisäämistä toimintapääomaan.

Liitto toimii tulorahoituksella, ilman lainarahaa. Taseen loppusumma on 41 774,28 euroa.

Kokonaistuotot ilman Luustoisen perhe -projektia ja sopeutumisvalmennusta ovat 176 916,43 euroa, joista Raha-automaattiyhdistysavustuksen osuus on 124 000 euroa eli lähes 80 % kokonaisrahoituksesta. Mikäli projektia ja sopeutumisvalmennusta ei oteta huomioon, laskee Raha-automaattiyhdistyksen osuus rahoituksesta 70 prosenttiin. Varsinaisen toiminnan tuotot ovat 21 832,43 euroa, josta suurin yksittäinen osuus on Luustotiedon ajankohtaispäivän tuotot: 9 500,00 euroa, sisältäen osanottajamaksut ja tuotot näyttelystä. Oma varainhankinta on muodostunut alueyhdistysten liittomaksuista sekä pääosin yrityskumppanuuteen pohjautuvista kannattajajäsenmaksuista, yhteensä 31 084,00 euroa, yli 12 %.

Sopeutumisvalmennustoiminta rahoitettiin Raha-automaattiyhdistyksen kohdennetulla toiminta-avustuksella. Kohdennetun toiminta-avustuksen suuruus oli 52 000 euroa, joka käytettiin sopeutumisvalmennustoimintaan suunnitellusti. Sopeutumisvalmennustoiminnan rahoitusta saatiin myös mm. varausten siirroilla, jolloin sopeutumisvalmennuksen rahoitus oli yhteensä 60 954,33 euroa. Luustoisen perhe –projektilla oli käytössään vuonna 2009 lähes 26 000 euroa. Vuoden aikana projektin jalkautukseen ja materiaalityöntekijäin tuotantoon käytettiin puolet käytössä olevasta rahasta, 13 621,89 euroa.

Liiton henkilöstökulut olivat 89 947,35 euroa. Henkilöstökulut ovat toiminnan kokonaiskuluista 51 prosenttia, projekti ja sopeutumisvalmennus mukaan lukien osuus laskee 36 prosenttiin. Liitolla oli toimintavuonna kaksi kokoaikaista työntekijää, toiminnanjohtaja ja toimistonhoitaja. Toiminnanjohtajan tehtävää hoiti vuoden aikana kolme eri henkilöä.



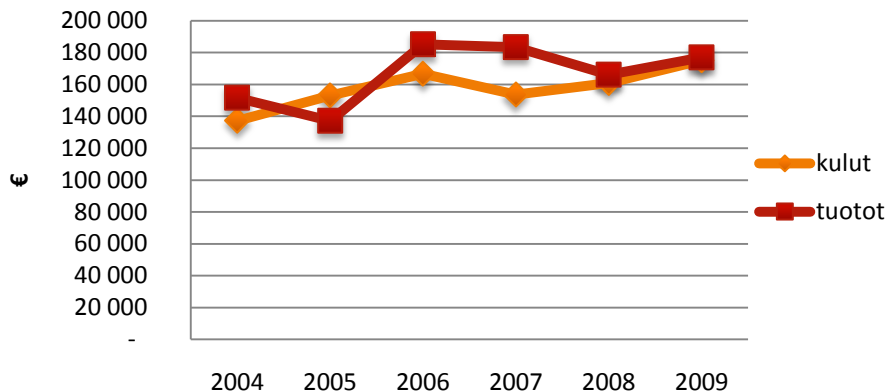
## **TALOUDEN HAASTEET**

Raha-automaattiyhdistyksen tuottokehitys ja mahdollisuus tuottojen käyttämiseen sosiaali- ja terveysjärjestöjen toiminnan rahoittamiseen ovat olennaisia asioita Suomen Osteoporoosiliiton tulevaisuuden kannalta. Liiton riippuvaisuusaste Ray-rahoituksesta on 80 prosenttia eli 4/5 koko toiminnan rahoituksesta. Jo nykyisellään liiton toiminta on resurssien osalta minimissään, joten lisärahoituksen saaminen yleisavustuksen muodossa on välttämätöntä liiton aluetoiminnan kehittämiseksi.

Kansainvälinen heikko talouskehitys heijastuu entistä voimakkaammin Suomeen ja sitä kautta oman varainhankinnan mahdollisuudet kaventuvat. Tämän puolestaan lisää entisestään riippuvuutta Ray-rahoituksesta.

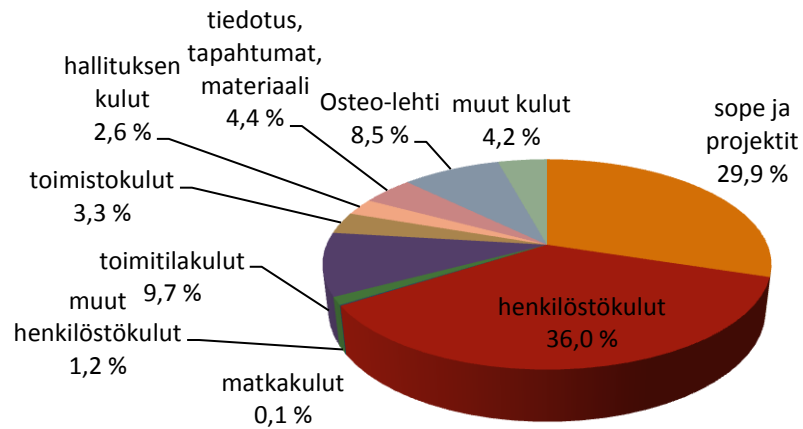
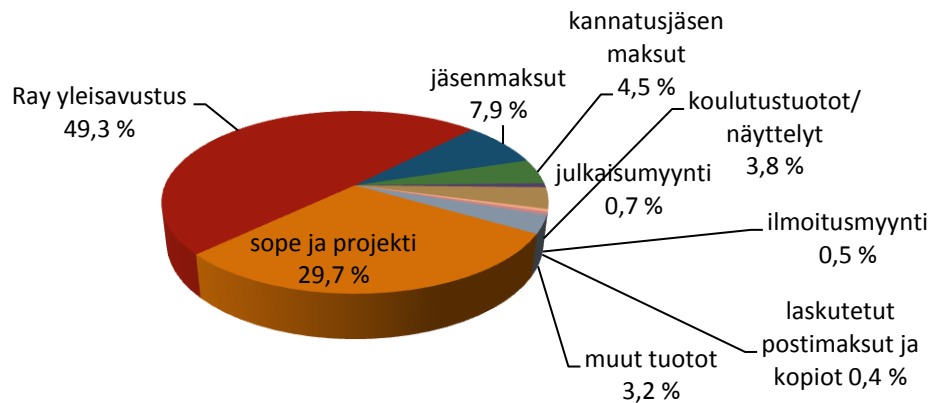
Suomen Osteoporoosiliiton perustoiminnan kulujen kehitys vuodesta 2004 osoittaa kulujen kasvaneen vuoden 2007 pientä laskua lukuun ottamatta. Sen sijaan perustoiminnan rahoituksen osalta kehityksessä ei ole selkeää trendiä.

### **Perustoiminnan kulut ja rahoitus tuloslaskelman mukaan ilman projekteja 2004-2009**



Koska yleinen tilanne on kiristynyt toiminnan rahoituksen osalta talouden laskusuhdanteen myötä, on liiton syytä etsiä mahdollisuuksia kiinteiden ja vaihtuvien kulujen pienentämiseen. Kiinteistä kuluista toimitilakulut ovat lähes 10 %, joten edullisemman ja nykyiseen toimintaan kooltaan sopivamman toimitilan hankkiminen on yksi tärkeä resurssieja säästävä asia. Liitto muuttaakin vuoden 2010 alkupuolella edullisempaan toimitilaan Helsinkiin. Vaihtuvien kulujen osalta kilpailutus ja edullisempien käytäntöjen etsintä on otettava aina huomioon hankintoja tehtäessä.

Lisäksi keskeisenä talouden haasteena on Osteoporoosiliiton henkilöstö: ainoan toimitsijan vaihtuminen on hankaloittanut liiton toiminnan kehittämistä ja rahoituksen hankkimista.

**TOIMINNAN KULUT****TOIMINNAN RAHOITUS**

**TUOSLASKELMA 1.1.- 31.12.2009**

	<b>BUDJ. 2009</b>	<b>2009</b>	<b>2008</b>
<b>Varsinainen toiminta:</b>			
<b>Tuotot:</b>			
Muut tuotot	20 800,00	21 832,43	15 234,40
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>20 800,00</b>	<b>21 832,43</b>	<b>15 234,40</b>
<b>Kulut:</b>			
Henkilöstökulut	92 000,00	89 947,35	79 211,23
Poistot	0,00	0,00	996,29
Muut kulut	96 700,00	85 906,73	81 671,33
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>188 700,00</b>	<b>175 854,08</b>	<b>161 878,85</b>
<b>Varsinainen toiminta yhteensä:</b>	<b>-167 900,00</b>	<b>-154 021,65</b>	<b>-146 644,45</b>
<b>Projektit:</b>			
<b>Tuotot:</b>			
Muut tuotot	52 000,00	74 576,22	96 338,71
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>52 000,00</b>	<b>74 576,22</b>	<b>96 338,71</b>
<b>Kulut:</b>			
Henkilöstökulut	0,00	2 996,11	21 556,88
Muut kulut	0,00	71 580,11	75 109,97
<b>Kulut yhteensä</b>	<b>0,00</b>	<b>74 576,22</b>	<b>96 666,85</b>
<b>Projektit yhteensä:</b>	<b>52 000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>-328,14</b>
<b>Varainhankinta:</b>			
<b>Tuotot:</b>			
Jäsenmaksut	20 900,00	19 884,00	19 243,00
Kannatusjäsenmaksut	15 000,00	11 200,00	9 400,00
Yhteistyöhanketuotto	8 000,00	0,00	485,00
<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>43 900,00</b>	<b>31 084,00</b>	<b>29 128,00</b>
<b>Varainhankinta yhteensä:</b>	<b>43 900,00</b>	<b>31 084,00</b>	<b>29 128,00</b>
<b>Tuotto-/Kulujäämä</b>	<b>0,00</b>	<b>-122 937,65</b>	<b>-117 844,59</b>
<b>Yleisavustukset:</b>			
Yleisavustukset	124 000,00	124 000,00	122 000,00
<b>Yleisavustukset yhteensä:</b>	<b>124 000,00</b>	<b>124 000,00</b>	<b>122 000,00</b>
<b>Tilikauden yli-/alijäämä</b>	<b>0,00</b>	<b>1 062,35</b>	<b>4 155,41</b>

**TASE 31.12.2009**

	<b>Tilikausi 2009</b>	<b>Tilikausi 2008</b>
<b>V A S T A A V A A</b>		
VAIHTUVA VASTAAVA		
Ennakkomaksu		
Vuokraennakko, Tikkuraitti 11	1 813,50	1 813,50
Saamiset		
Siirtosaamiset	15 592,36	4 238,39
Rahat ja pankkisaamiset		
Kassa	9,57	31,55
Pankkitilit Liitto	23 869,07	47 660,14
Projektiliti	489,78	507,80
Yhteensä	<u>24 368,42</u>	<u>48 199,49</u>
VAIHTUVA VASTAAVA	41 774,28	54 251,38
<b>V A S T A A V A A</b>	<b><u>41 774,28</u></b>	<b><u>54 251,38</u></b>
<b>V A S T A T T A V A A</b>		
OMA PÄÄOMA		
Yhdistyspääoma		
Ed. tilikausien yli-/alijäämä	27 078,60	22 923,19
Tilikauden yli-/alijäämä	1 062,35	4 155,41
Yhteensä	<u>28 140,95</u>	<u>27 078,60</u>
VIERAS PÄÄOMA		
Lyhytaikainen		
Muut velat	323,96	1 360,98
Siirtovelat	13 309,37	25 811,80
Yhteensä	<u>13 633,33</u>	<u>27 172,78</u>
VIERAS PÄÄOMA	13 633,33	27 172,78
<b>V A S T A T T A V A A</b>	<b><u>41 774,28</u></b>	<b><u>54 251,38</u></b>

**TILINTARKASTUSKERTOMUS****TILINTARKASTUSKERTOMUS****Suomen Osteoporoosiliitto r.y:n jäsenille**

Olemme tarkastaneet **Suomen Osteoporoosiliitto r.y:n** kirjanpidon, tilinpäätöksen ja hallinnon tilikaudelta 1.1.2009–31.12.2009. Tilinpäätös sisältää taseen, tuloslaskelman ja liitetiedot.

**Hallituksen vastuu**

Hallitus vastaa tilinpäätöksen laatimisesta ja siitä, että se antaa oikeat ja riittävät tiedot Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen laatimista koskevien säännösten ja määräysten mukaisesti. Hallitus vastaa kirjanpidon ja varainhoidon valvonnan asianmukaisesta järjestämisestä.

**Tilintarkastajan velvollisuudet**

Tilintarkastajan tulee suorittaa tilintarkastus Suomessa noudatettavan hyvän tilintarkastustavan mukaisesti ja sen perusteella antaa lausunto tilinpäätöksestä. Hyvä tilintarkastustapa edellyttää ammattieettisten periaatteiden noudattamista ja tilintarkastuksen suunnittelua ja suorittamista siten, että saadaan kohtuullinen varmuus siitä, että tilinpäätöksessä ei ole olennaisia virheellisyyksiä ja että hallituksen jäsenet ovat toimineet yhdistyslain mukaisesti.

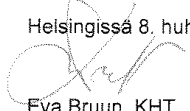
Tilintarkastustoimenpiteillä tulisi varmistua tilinpäätöksen lukujen ja muiden tietojen oikeellisuudesta. Toimenpiteiden valinta perustuu tilintarkastajan harkintaan ja arvioihin riskeistä, että tilinpäätöksessä on väärinkäytöksestä tai virheestä johtuva olennainen virheellisyys. Tarvittavia tarkastustoimenpiteitä suunniteltaessa arvioidaan myös tilinpäätöksen laadintaan ja esittämiseen liittyvää sisäistä valvontaa. Lisäksi arvioidaan tilinpäätöksen yleistä esittämistapaa, tilinpäätöksen laatimisperiaatteita sekä johdon tilinpäätöksen laadinnassa soveltamia arvioita.


Tilintarkastus on toteutettu Suomessa noudatettavan hyvän tilintarkastustavan mukaisesti. Käsitksemme mukaan olemme suorittaneet tarpeellisen määrän tarkoitukseen soveltuvia tarkastustoimenpiteitä lausuntoamme varten.

**Lausunto**

Lausuntonamme esitämme, että tilinpäätös antaa Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen laatimista koskevien säännösten ja määräysten mukaisesti oikeat ja riittävät tiedot liiton toiminnan tuloksesta ja taloudellisesta asemasta.

Helsingissä 8. huhtikuuta 2010

  
Eva Bruun, KHT  
Ernst & Young Oy  
Elielinaukio 5 B  
00100 Helsinki

  
Annikki Partanen  
Naapurintie 4 A 30  
00940 Helsinki

**Hallitus 2009**

puheenjohtaja EL, MScCM Olli Simonen, Helsinki  
1. varapuheenjohtaja varatuomari Mirjami Airaksinen, Helsinki  
2. varapuheenjohtaja kaupunkineuvos, LKT, EL Timo Ihamäki, Heinola

jäsenet ekonomi Ritva-Liisa Aho, Hämeenlinna  
professori, EKT, EL Hannu Aro, Turku  
professori, EL Jorma Heikkinen, Oulu  
neuvotteleva virkamies, THM Maire Kolimaa, Mikkeli  
dosentti Christel Lamberg-Allardt, Kauniainen  
professori, LKT Marjo Tuppurainen, Kuopio

varajäsenet sairaanhoitaja Aino Männikkö, Halikko  
kuntohoitaja Eija Pahkala, Himanka

**Liiton tilintarkastajat**

KHT Eva Bruun (Ernst & Young)  
HTM Annikki Partanen

**Työvaliokunta**

puheenjohtaja Olli Simonen  
1. varapuheenjohtaja Mirjami Airaksinen  
2. varapuheenjohtaja Timo Ihamäki  
hallituksen jäsen ja talousvastaava Ritva-Liisa Aho  
toiminnanjohtaja

**Hallituksen nimeämä talousvastaava**

hallituksen jäsen Ritva-Liisa Aho

**Sopeutumisvalmennuksen ohjausryhmä**

sisä- ja reumatautien erikoislääkäri Ville Bergroth  
varapuheenjohtaja Mirjami Airaksinen  
toiminnanjohtaja

**Kansallisen osteoporoosiohjelman ohjausryhmä**

Jussi Merikallio, johtaja, sosiaali- ja terveysasiat, Kuntaliitto  
Seppo Kivinen, varatoimitusjohtaja, HUS  
Hannu Puolijoki, johtajaylilääkäri, Etelä-Pohjanmaan  
sairaanhoitopiiri  
Matti Liukko, sosiaali- ja terveystoimen toimialajohtaja, Lahti  
Tiina Huusko, kuntoutuspäällikkö, Kela  
Liisa Länsipuro, asiantuntijalääkäri, Rohto/Läakelaitos  
Sanna Sihvonen, erikoistutkija, Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien  
ehkäisyn yksikkö / KTL  
Harri Sievänen, vanhempi tutkija, UKK-instituutti  
Mika Heino, järjestöliikunnan koordinaattori, Kuntoliikuntaliitto  
Hilppa Tervonen, valmistelupäällikkö, Raha-automaattiyhdistys

**Liiton työntekijät**

toiminnanjohtaja:

28.2.2009 asti toiminnanjohtaja Virpi Koskue

1.3.–30.6.2009 vt. toiminnanjohtaja Marjut Törhönen-Paananen

1.8.2009 alkaen toiminnanjohtaja Ansa Holm

toimistonhoitaja Pirjo Saari

**Edustukset**

Eläkeliiitto/Murtumatta mukana-hanke: asiantuntijoina

puheenjohtaja Olli Simonen ja toiminnanjohtaja

Suomen Tule ry/hallitus: hallituksen jäsenenä Ritva-Liisa Aho,

varajäsenenä Olli Simonen

Suomen Tules-vuosikymmen –hankkeen toiminnanjohtajaverkosto:

toiminnanjohtaja

Vertaistukiarpajaiset –verkosto: toiminnanjohtaja

**Kannatusjäsenet**

Yhteensä 13 yritystä tai yhteisöä:

Amgen AB

Danone Finland Oy Ltd.

Finnish Bone Society ry

Leiras Oy

LifeMed Oy

Meda Oy

MSD Finland Oy

Novartis Finland Oy

Sanofi-Aventis Oy

Oy Scanex Medical Systems Ab

Servier Finland Oy

Suomen Terveystalo Oyj

Oy Verman Ab

**Jäsenyydet**

Elinkeinoelämän keskusliitto ry

International Osteoporosis Foundation (IOF)

Lasten terveysfoorumi LTF -verkosto

Liikuntatieteellinen Seura ry

Sosiaalialan Työnantaja- ja Toimialaliitto ry

Suomen Tule ry

Terveysten edistämisen keskus Tekry ry

## MAAMERKKEJÄ OSTEOPOROOSIN JA SUOMEN OSTEOPOROOSILIITON HISTORIASTA

- 1987 Lääkintöhallituksen osteoporoosityöryhmän mietintö
- 1993 WHO ja Kela: osteoporoosi määritellään sairaudeksi, jota voi tutkia ja hoitaa
- 1994 WHO antaa osteoporoosille diagnostiset kriteerit
- 1995 Suomen Osteoporoosiyhdistys perustetaan
- 1997 Suomen Osteoporoosiyhdistys perustaa toimiston ja palkkaa kokopäivätoimisen toiminnanjohtajan: ensimmäiset julkaisut painetaan
- 1998 EU-suositukset osteoporoosista
- 1999 Suomen Osteoporoosiyhdistys tekee aloitteen valtioneuvostolle laitoshoidossa olevien henkilöiden D-vitamiinintarpeen turvaamiseksi, osteoporoosin diagnosoimiseksi ja hoitamiseksi, kansallisen osteoporoosiohjelman aikaansaamiseksi sekä osteoporoosilääkityksen liittämiseksi erityiskorvattavuuden piiriin (kielteinen päätös)
- 2000 ensimmäinen osteoporoosin Käypä hoito –suositus
- 2001 WHO osteoporoosiraportti
- 2001 Suomen Osteoporoosiyhdistys tekee uudelleen aloitteen valtioneuvostolle osteoporoosilääkkeiden erityiskorvattavuudesta (kielteinen päätös)
- 2001 Suomen Osteoporoosiyhdistys käynnistää sopeutumisvalmennustoiminnan Ray:n tuella
- 2001 EU-suosituksen päivitys: murtumamäärät ja kustannukset kolminkertaistuneet
- 2002 Suomen Osteoporoosiyhdistyksen aloite osteoporoosimurtumahoitajista: ensimmäinen murtumahoitaja aloittaa työnsä
- 2002 tasa-arvovaltuutetun lausunnon mukaan sekä miehet että naiset voivat sairastua osteoporoosiin ja molempien sukupuolten osteoporoosilääkitys tulee kuulua sairausvakuutuslain mukaan yleiskorvattavaksi
- 2002 Suomen Osteoporoosiyhdistys valmistelee yhdessä Finnish Bone Societyn kanssa murtumahoidon laatusuositukset, jotka esitellään maailmanlaajuisessa osteoporoosikonferenssissa 2003
- 2003 Suomen Osteoporoosiyhdistyksen kysymys hallitukselle osteoporoosilääkityksen saamiseksi erityiskorvattaviksi (kielteinen vastaus)
- 2003 Suomen Osteoporoosiyhdistys aloittaa osteoporoosihoidajakoulutuksen
- 2004 perustetaan Suomen Osteoporoosiliitto valtakunnalliseksi keskusjärjestyksi
- 2005 Suomen Osteoporoosiliitto tekee laatusuosituksen luuntiheysmittausten tulkinnasta
- 2006 Suomen Osteoporoosiliitto laati yhteistyössä UKK-instituutin kanssa tieteelliseen näyttöön pohjautuvat ja eri ikäkausiin pohjautuvat luuliikuntasuositukset eri ikäkausille ja osteoporootikoille
- 2006 Suomen Osteoporoosiliitto alkaa julkaista Osteo-lehteä 4-väripainoksena
- 2007 Suomen Osteoporoosiliitto julkaisee toiminta-ajatuksensa, visionsa ja toimintastrategiansa vuosiksi 2007–2011
- 2008 Suomen Osteoporoosiliitto tekee valtioneuvostolle aloitteen väestön D-vitamiinin puutteen korjaamiseksi
- 2009 Valtion ravitsemusneuvottelukunnan D-vitamiinityöryhmä aloittaa toimintansa
- 2009 Suomen Osteoporoosiliitto julkaisee Kansallinen osteoporoosiohjelman
- 2009 Suomen Osteoporoosiliitto tekee jälleen aloitteen valtioneuvostolle osteoporoosilääkityksen erityiskorvattavuudesta